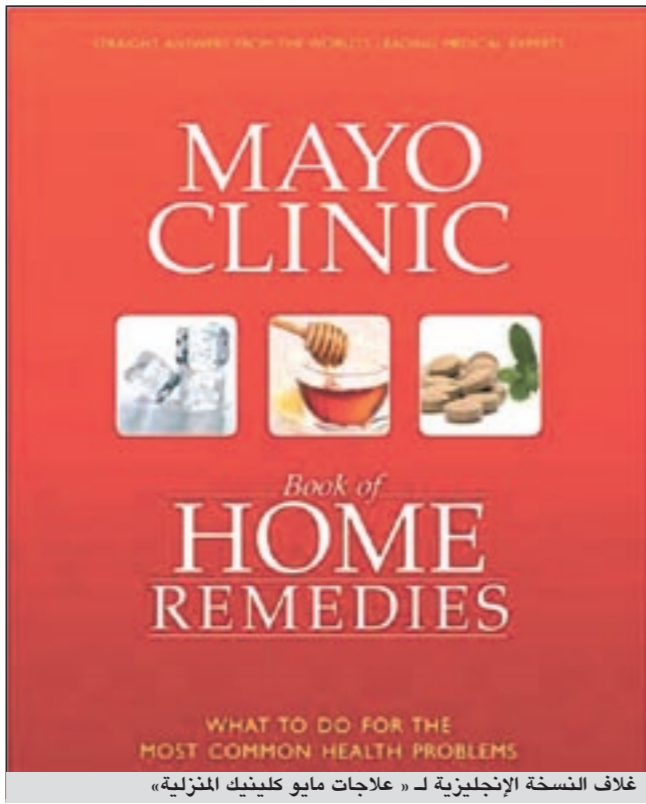


علاجات مايو كلينيك المنزلية .. بالعربية

صحتك او صحة عائلتك فتنبرز الأستئلة نفسها مبدئيا: ما الخطوات التي أستطيع أتخاذها وتكون فورية وآمنة وفعالة؟ متى يجدر بي الإتصال بطبيبي؟ ما الأعراض التي تنذر بحالة طارئة؟ فإن كتاب «العلاجات المنزلية» يبرز هذه الأستئلة ويحدد تأثيرها على صحتك ويرشدك لاختيار العلاج الأكثر ملاءمة وفاعلية». ولعل بعض بنود الكتاب أي الحصالات التي ذكرت فيه وجسري وصف سبيل التعامل معها يعطي فكرة عن شمولية مواده. من ذلك مثلا «مواد طبية لمنزلك. حب الشباب. آذن الطائرة والحساسيات. التهاب المفاصل. داء الربو. قدم الرياضي. ألم الظهر. نفس كريبه. بق الفراش. التبول في السرير. العين السوداء. التهاب المثانة. الدمامل. الآلام عند الضغط على القديين. التهاب القصبية الهوائية. الرضوض. الحروق. التهاب السرة. القروح الأكلة. تناثر النفق الرسغي. قسروح البرد. المغصن. الزكام الشائع. الإمساك. المسامير والجسات. التشنجات والآلام العضلية الصدغية. الخانوق. قشرة الرأس. الاكتئاب. الإسهال. الدوار. جفاف العينين. جفاف الفم. جفاف البشرة. آتهاب الأذن. انسداد الأذن. الأكرنما. تضخم غدة البروستاتا. خدش العين. إجهاد العين. شحاذ العين. الانفلونزا. ألم القدم والكاحل. النقرس. الصداع. حرقة المعدة». وكثير غير ذلك في مجالات شتى.



الحرارة أو البرودة عند التعامل مع الإصابات؛ وبشأن ما يساعد على تخفيف الحكة الناتجة عن لدغة حشرة أو إذا كانت أعشاب أو فيتامينات او معادن معينة فعالة في معالجة الزكام الشائع أو الأرق فستعثر على أجوبة عن هذه الأستئلة وعن غيرها في كتاب مايو كلينيك «العلاجات المنزلية».

«أما في الحالات التي تطول

بيروت - رويترز: اشتمل الكتاب ذو القطع الكبير في صفحاته التي بلغت 201 على ما يبلغ أكثر من 140 حالة يمكن معالجتها منزليا او معالجتها الى حد ما على الأقل.

وقد صدر في بيروت عن «الدار العربية للعلوم ناشرون» مترجما بترخيص عن الأصل الإنجليزي وحمل في نسخته العربية الاسم الإنجليزي لمايو كلينيك أو مركز مايو الصحي الشهير في الولايات المتحدة. وقامت بالترجمة الى العربية جولي صليبيا.

حمل الغلاف كلاما عن مواد الكتاب جاء فيها «يمكن معالجة العديد من المشاكل الصحية الشائعة بعلاجات بسيطة يمكن إعدادها في المنزل. وحتى لو لم تنجح إحدى الخطوات التي تتخذها في ظل المشكلة فإنها لايشك ستخفف من الأعراض وستتيح لك الفرصة متابعة حياتك اليومية أو تساعدك على الأقل على ان تتمكن من زيارة طبيب.

«بعض العلاجات مثل تغيير حميتك الغذائية لمعالجة حرقة المعدة أو تكييف بيئتك المنزلية للتاقل مع الألم المزمن قد تبدو بديهية وقد تراودك أسئلة بشأن متى يجب اللجوء الى استعمال

طِب و تخيّر

50 فرصة ربح + هدايا فورية

بالإضافة إلى

فرص مضاعفة للربح

للمشتركين عبر MyQStore.com

بال تعاون مع AIRFRANCE KLM

مبيعات الأفراد Residential Sales 1827827

www.qualitynet.net

مقالات الزملاء كتاب الصفحة الأخيرة

58 بدء محاكمة الرسام المسيء للرسول ﷺ غيابياً في الأردن

عمان - أ.ف.ب: بدأت محكمة أردنية في عمان امس الأول محاكمة الرسام الدنماركي كورت فسترغارد، صاحب الرسوم الكاريكاتورية المسيئة للنبي عليه السلام، غيابيا وذلك على خلفية تلك الرسوم. وقال المحامي طارق الحوامدة الذي يمثل صحفيين وناشطين أردنيين أقاموا هذه الدعوى، في بيان ان «محكمة في عمان بدأت (الاثنين) المحاكمة غيابيا لأولئك الذين أساءوا للنبي محمد ﷺ، خصوصا الرسام الدنماركي فسترغارد والصحف

الدنماركية التي نشرت رسومه المسيئة». وأضاف ان «القاضي أجل الجلسة الى 8 مايو المقبل، حيث سيتم الاستماع الى إفادات الشهود». وكانت المحكمة استدعت في 15 الجاري الرسام الدنماركي كورت فسترغارد للمثول امامها لبدء محاكمته على خلفية تلك الرسوم. ووفقا لمذكرة الاستدعاء التي حصلت «فرانس برس» على نسخة منها، فقد وجهت الى فسترغارد تهم بينها «إهانة الشعور الديني وشمذ الذات الإلهية».

خلدون النقيب في ذمة الله

غيب الموت أمس استاذ علم الاجتماع بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الكويت د.خلدون النقيب وعبر عدد من أساتذة الجامعة والأكاديميين عن حالة الحزن والأسى لرحيل د.النقيب، واعتبروا رحيله خسارة كبرى كونه من الرعيل الأول من الأساتذة الكويتيين الذين مارسوا مهنة التدريس في الجامعة، بالإضافة الى انه قدم خلال حياته العملية والمهنية الممتدة لأكثر من 30 عاما الكثير من المؤلفات والبحوث، خاصة في مجال علم الاجتماع السياسي بالكويت ودول الخليج. «الأنباء» تتقدم بأحر التعازي لأهل الفقيد داعين الله أن يتغمده بواسع رحمته ويسكنه فسيح جناته ويلهم ذويه الصبر والسلوان.

د. خلدون النقيب

البقاء لله

يايتها النفس المطمئنة ارجعي إلى ربك راضية مرضية فادخلي في عبادي وادخلي جنتي

مريم عبدالله حسين زوجة حسين علي احمد كرم - 75 عاما - الرجال: سلوى - حسينية سيد محمد - ت: 99632212 - 7ق - 12ش - 27م.

بدر مخلف ناهر الديحاني - 75 عاما - الفردوس - 1ق - 13ج - 13ش - 45م - ت: 65556888 - 55188313.

عبدالله عبد خلف الديحاني - 81 عاما - الرجال: سعد العبدالله - 6ق - 619ش - 261م - ت: 99020040 - 1ق - 33ش - 50م - ازرق - 68 - ت: 60666611.

وحيدة حميد عبدالله علي زوجة عزيزان مسلم المويزري - 51 عاما - الرجال: العارضية - 8ق - 7ش - 45م - ت: 99520744 - 1ق - 11ش - 4ش - 10ج - 2م - ت: 90070002.

نورية بوسلف فاضل عجبل ارملة برغش حمود ثويني الشمرى - 71 عاما - الرجال: الجهراء - الواحة - مقابل خزانات المياه - ت: 66444841، النساء: الجهراء -

العيون - القسائم - 3ق - 5ش - 247م - 73ج - ت: 99050705.

حمد عبدالعزيز محمد البصري - 86 عاما - الرجال: القصور - 7ق - 32ش - 29م - ت: 66637277، النساء: خيطان الشمالية - 10ق - 8ش - 45م - ت: 90011150.

ضحية عبيد حميد زوجة ابراهيم حمود العنزي - 62 عاما - الرجال: الخيمة مقابل اشارة جابر العلي - هدية - ت: 99711787، النساء: هدية - 2ق - 4ش - 100م - ت: 55000852.

سارة محمد هاشل العجمي زوجة شبيب جابر الحبان - 80 عاما - الرجال: صباح الناصر - 3ق - 1ش - 110م - ت: 99818649، النساء: صباح الناصر - 3ق - 20ش - 110م - ت: 97187185 - الدفن التاسعة صباحا.

عبدالعزيز عبدالله حمود الهريان - 80 عاما - سلوى - 6ق - 10ش - 44م - ت: 99661403 - 99755590 - الدفن التاسعة صباحا.

مواقيت الصلاة	حالة البحر	حالة الطقس
<p>الفجر 3:45</p> <p>الشروق 5:10</p> <p>الظهر 11:46</p> <p>العصر 3:21</p> <p>المغرب 6:21</p> <p>العشاء 7:44</p>	<p>أعلى مد: 8.14 صباحا</p> <p>7.00 مساء</p> <p>أدنى جزر: 1.30 صباحا</p> <p>1.30 ظهرا</p>	<p>حالة الطقس: حار نسبيا والرياح شمالية غربية سرعتها من 12 : 32 كم/ ساعة.</p> <p>العظمى: 36</p> <p>الصغرى: 23</p>

صورة الرمز لمشاهدة الإعلان التلفزيوني الرابع.

www.zain.com

للمرة الثانية، تحصد زين جازتين من "دبي لينكس" لتقييم الأعمال الإعلانية الإبداعية عن إعلانها التلفزيوني "السرعة تغير مجرى الحياة" وإعلانها الإذاعي "طرق".

زين تفوز مجدداً

زين. عالم جميل